

อนุสรณ์

ในงานฌาปนกิจ

คุณพ่อสิงโต ศิริมิรินทร

ณ เมรุวัดบางบำหรุ

อ. บางกอกน้อย จ. ธนบุรี

วันอังคารที่ ๒๓ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๑๔



อนุสรณ์

ในงานฌาปนกิจ

คุณพ่อสิงโต ศิริมิรินทร

ณ เมรุวัดบางบำหรุ

อ. บางกอกน้อย จ. ธนบุรี

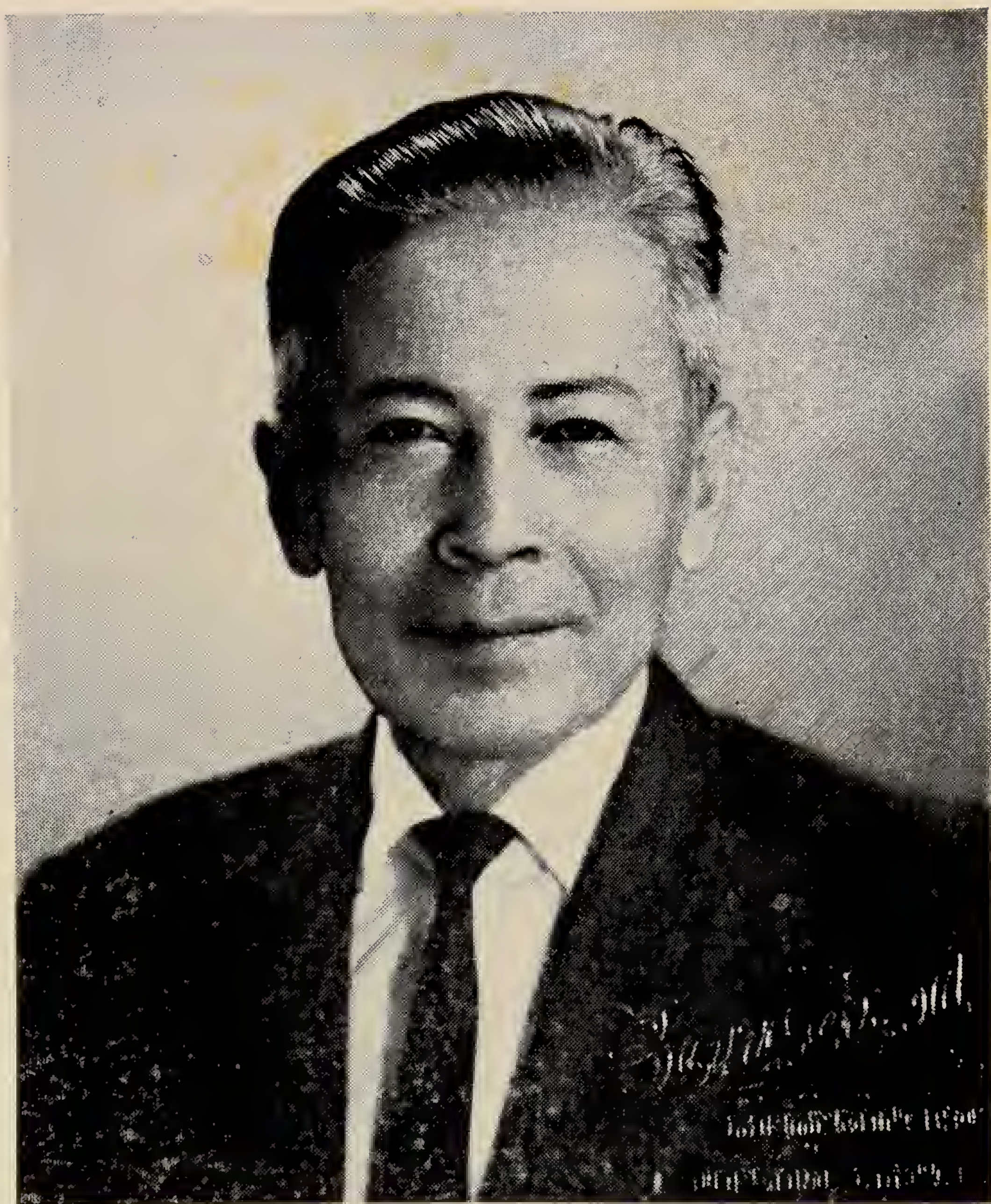
วันอังคารที่ ๒๓ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๑๔



พิมพ์ที่ห้างหุ้นส่วนจำกัด โรงพิมพ์ จรัลสนิทวงศ์
๓๖๗/๑๘–๑๙ ถนนจรัลสนิทวงศ์ สามแยกไฟฉาย ธนบุรี
นายเล็กไชยเทอดธรรม ผู้พิมพผู้โฆษณา ๒๕๑๔ โทร. ๖๗๑๑๔๕

ขอกราบขอบพระคุณ ขอบคุณ ท่านที่เคารพ และญาติมิตรที่มีเมตตาจิต โปรดกรุณาให้เกียรติมาในงานฌาปนกิจ นายสิงโต ศิริมิรินทร หากปรากฏข้อบกพร่องในการปฏิสันถาร หรือมีสิ่งหนึ่งประการใดไม่เป็นที่สบอัธยาศัยแล้ว ก็ขอได้โปรดให้อภัยไว้ ณ โอกาสนี้ด้วย

เจ้าภาพ



นายสิงโต ศิริมิรินทร

ชาตะ วันที่ ๒๕ เมษายน ๒๔๕๒

มรณะ วันที่ ๕ พฤษภาคม ๒๕๑๓

ประวัติคุณพ่อ

นายสิงโต ศิริมิรินทร เป็นบุตร นายกระจ่าง ศิริมิรินทร และนางพร้อม ศิริมิรินทร เกิดเมื่อวันที่ ๒๕ เมษายน ๒๔๕๒

มีพี่น้องร่วมบิดามารดา ๒ คนคือ

๑. นางจวง เรืองไวทยา

๒. นายสิงโต ศิริมิรินทร

นายสิงโต ศิริมิรินทร ได้ทำการสมรสกับนางผ่อง ศิริมิรินทร (ผ่อง เขียวฉลาด) บุตรีคนที่สองของนายปรุง นางพร้อม เขียวฉลาด เมื่อ พ.ศ. ๒๔๗๘ มีบุตรและธิดา ๗ คนคือ

๑. นางพวงรัก ศิริสวัสดิ์

๒. นางวันเพ็ญ ประกอบกูล

๓. ส.อ. สาโรจน์ ศิริมิรินทร

๔. นายเสมา ศิริมิรินทร

๕. พ.จ.อ. ธีระ ศิริมีรินทร

๖. พวงนิล ศิริมีรินทร

๗. ด.ช. ศิริชัย ศิริมีรินทร

เมื่อเยาว์วัย เป็นนักเรียน ร.ร. เสริมศัทธาคาร เรียนอยู่จนจบชั้นสูงสุด นายสิงโต ศิริมีรินทร เป็นคนชอบชีวิตที่เป็นอิสระแบบสบาย ๆ และรักสงบอยู่กับครอบครัว ฉะนั้น เมื่อเข้ารับราชการอยู่ระยะหนึ่งก็ลาออกมาทำสวนผลไม้อยู่กับบ้าน จนถึงบั้นปลายของชีวิต

ในบั้นปลายชีวิต นายสิงโต ศิริมีรินทร ได้ใช้ชีวิตอยู่อย่างสงบกับบุตรหลานและภรรยา อุทิศตัวให้กับกิจการสร้างถาวรวัตถุในบวรพระพุทธศาสนา สิ่งที่ได้ทำไปแล้ว ที่สำคัญคือได้เป็นผู้หนึ่งที่ริเริ่มและชักชวนผู้อื่นสร้างโบสถ์ของวัดบางบำหรุ งานชิ้นนี้เป็นสิ่งที่เป็นความภาคภูมิใจเพราะว่ามีฐานะที่เป็นกรรมการคนหนึ่ง และยังได้ร่วมบริจาคทุนทรัพย์ด้วย ทั้งนี้ยังร่วมในการสร้างศาลาการเปรียญที่ยังค้างอยู่ซึ่ง

นายสิงโตมีความสนใจเป็นอย่างยิ่ง ปรารภถึงความประสงค์ที่อยากให้สำเร็จโดยสมบูรณ์ แก่บุตรภรรยาและเพื่อนๆเสมอ

นายสิงโตได้ป่วยเป็นโรคตับและประสาท เมื่อพักรักษาตัวอยู่ที่โรงพยาบาลประสาท พญาไท จนอาการทุเลาก็กลับมาอยู่บ้าน เกือบปีให้หลังอาการโรคก็กำเริบขึ้นอีกครั้งหลังนี้ไปพักรักษาตัวอยู่ที่โรงพยาบาลเลิศสิน และได้ถึงแก่กรรมโดยอาการสงบเมื่อวันที่ ๕ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๑๓ เวลา ๑๓ นาฬิกา รวมอายุได้ ๖๑ ปี

คำไว้อาลัย

คุณพ่อมีพระคุณต่อลูกทุกคนอย่างมากล้น พระคุณนี้ประทับแน่นอยู่ในจิตใจของลูก ๆ ทุกคน คุณพ่อเลี้ยงดูให้ความรักแก่ลูก ๆ อย่างทั่วถึงกัน ห่วงใยและสนใจต่อชีวิตในอนาคตของลูกมาก ทั้งมุ่งหวังอยากให้ลูกทุกคนมีอนาคตแจ่มใส ยอมสละทุนทรัพย์ส่วนตัวที่คุณพ่อหามาได้มามอบให้แก่ลูก ๆ ทั้งนี้เพื่อให้ลูกมีการศึกษา มีความสุขสบายตามฐานะทัดเทียมคนอื่น ในวัยเด็กลูก ๆ ทุกคนไม่เคยจะได้รับความเจ็บปวดจากคุณพ่อเลย เพราะคุณพ่อไม่เคยได้ตีลูกเลยเมื่อลูกทำผิด เพียงแต่เรียกลูกมาว่ากล่าวตักเตือนสั่งสอนให้ลูกรู้ว่าสิ่งนั้นผิดไม่ควรทำ โดยบอกว่าคุณพ่อรักลูกทุกคนมากและอยากให้ลูก ๆ ดี แต่ถ้าลูกทำไม่ดี จะทำให้คุณพ่อสะเทือนใจมากและเสียใจ สิ่งใดที่ลูกทำดี ก็จะเป็นความปลาบปลื้มใจแก่คุณพ่อ ดังนั้นลูกทุกคนจึงไม่ได้ทำสิ่งไม่ดีเพราะรู้ดีว่าสิ่งนี้จะทำให้คุณพ่อเสียใจ คุณพ่อเป็นคนเงียบ ๆ ไม่ค่อยไปไหนมักอยู่กับลูก ๆ เสมอ คอยอบรมลูก ๆ ให้อยู่ในกรอบความดี แม้กระทั่งลูก ๆ โตขึ้น มีเหย้ามีเรือนออกไปก็ยังเอาใจใส่ดูแลติดตามความเป็นอยู่ของลูกอยู่เสมอมิได้ขาด

สิ่งเหล่านี้ จึงทำให้ลูกทุกคน ซึ้งในพระคุณของคุณพ่อมาก ดังนั้นการสูญเสียไปของชีวิตคุณพ่อครั้งนี้ จึงนำความเศร้าสลดมาให้แก่ลูก ๆ ทุกคน แม้เวลาจะผ่านไปยาวนาน แต่การสูญเสียครั้งใหญ่ในชีวิตของลูก ๆ จะต้องถูกจดจำไปนานแสนนาน เพราะการสูญเสียครั้งนี้ เปรียบเสมือนกับนกกาที่ขาดร่มโพธิ์ร่มไทรที่เป็นที่อยู่อาศัยได้ถูกโค่นลงฉะนั้น บัดนี้เมื่อลูกทำอะไรลงไปจะไม่มีคุณพ่อที่จะคอยชี้แจงว่ากล่าวตักเตือนและให้อภัยแก่ลูก ๆ เมื่อลูกทำผิดอีกแล้ว การจากไปของคุณพ่อเป็นการจากที่ลูก ๆ ทุกคนเสียดาย และเศร้าสลดหวนอาลัยคิดถึงคุณพ่ออยู่ทุกเวลาตลอดไป

สุดท้ายนี้ลูก ๆ ทุกคน ขออาราธนาอำนาจพระศรีรัตนตรัยและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลายในสากลโลก จงคุ้มครองอัญเชิญดวงวิญญาณอันศักดิ์สิทธิ์ของคุณพ่อให้ไปสู่สรวงสวรรค์ ซึ่งมีแต่ความสุขสงบเถิด

คำอาลัยของลูก ๆ ทุกคน

ในงานฌาปนกิจศพ คุณพ่อสิงโต ศิริมิรินทร ลูกได้รวบรวมและเรียบเรียง สิ่งที่เห็นว่าเกิดประโยชน์แก่ผู้ที่ได้อ่านและสนใจบ้างตามสมควร หากหนังสือนี้จะเป็นประโยชน์แก่ผู้อ่านหรือสนใจด้วยประการใด ๆ ก็ดี ลูกขออุทิศส่วนกุศลอันนี้ให้แก่ คุณพ่อสิงโต ศิริมิรินทร ผู้วายชนม์ ให้ได้ประสบสุขในสุคติสัมปรายภพดังจิตลูกตั้งปรารถนาด้วยเทอญ

พวงรัก ศิริสวัสดิ์

๒๓ มีนาคม ๒๕๑๔

สมาธิ

โดยปกติศาสนาใด ๆ ในโลกก็จะมีหลักคล้าย ๆ กันอยู่ว่า สอนให้คนทำดีไม่ประพฤติชั่ว พยายามทำใจให้บริสุทธิ์ ทั้งนี้โดยประพฤติปฏิบัติตามที่ศาสดานั้น ๆ ได้วางหลักเกณฑ์ไว้แต่อย่างเดียวจะละเมิดหรือโต้แย้งมิได้ พูดให้ง่ายคือถือศีลและปฏิบัติสมาธิบ้าง แต่พุทธศาสนาหาเป็นเช่นนั้นไม่ นอกจากจะมีศีลและสมาธิแล้วยังสอนให้ทุกคนพยายามทำให้ถึงซึ่งปัญญา หมายถึงว่าหากผู้ใดจะถือพุทธศาสนาจะต้องถือด้วยความมีปัญญาถึงซึ่งปัญญามิใช่เชื่องมงายตาม ๆ กันหรือบังคับให้เชื่อ เมื่อผู้ใดได้ศึกษาและปฏิบัติตามจนพบความจริง มองเห็นความจริงแล้วจึงเชื่อ มิต้องขืนใจ

พุทธศาสนาวางหลักเกณฑ์ไว้ว่า ศีลจะนำให้เกิดสมาธิ (สมถะกรรมฐาน) สมาธิจะทำให้เกิดปัญญาขั้นต้น แล้วเราก็จะนำปัญญาขั้นต้นนี้ไปใช้วิจัย แยกแยะพิจารณาความจริงด้วยใจบริสุทธิ์ เที่ยงตรงเป็นกลาง ๆ ตามทฤษฎีที่ท่าน

ได้วางไว้เพื่อพิสูจน์ว่าจะเป็นตามที่สอนหรือไม่ เมื่อพากเพียรกระทำเช่นนี้บ่อย ๆ เนืองๆ ก็จะถึงซึ่งปัญญาอันรู้แจ้งเห็นจริง (วิปัสสนากรรมฐาน) มองเห็นชีวิตและทุกสิ่งตามสภาพความเป็นจริงของมันมิได้ผิดเพี้ยน เมื่อถึงซึ่งสภาวะเช่นนี้ก็จะเกิดความเข้าใจถูกต้องเลิกยึดถือสิ่งผิดเพี้ยน (กิเลสตัณ-หา) และถึงซึ่งความดับทุกข์ได้สำเร็จ อุปมาได้กับหลักการทางวิทยาศาสตร์ทุกประการ พระบรมศาสดาของเราไว้วางกฎเกณฑ์ไว้ว่า "ผลย่อมมาจากเหตุ" เมื่อตัดต้นเหตุเสียเช่นนี้แล้วผลก็ย่อมจะไม่มี เมื่อผู้ใดอยากทราบก็ย่อมจะทำการทดลองโดยปฏิบัติได้ตามทฤษฎีตั้งแต่ต้นจนจบ ไม่ว่าจะเมื่อใด วันใด เวลาใดก็จะต้องได้ผลออกมาเหมือนกันหมดทุกท่าน ขออย่างเดียวให้ทำใจเป็นกลางจริง ๆ ไม่ด่วนเข้าใจว่าเป็นเรื่องเหลวไหลไร้สาระ พยายามพากเพียรสร้างศรัทธาปฏิบัติเสมอต้นเสมอปลาย

เพื่อก่อให้เกิดความสืบเนื่องไปเรื่อย ๆ เป็นขั้น ๆ ไป (อุปมาได้กับการส่งโทรทัศน์ย่อมส่งอีเลคตรอนวิ่งทีละจุด ๆ

ก็จะกลายเป็นเส้น ๆ และวินาทีละ ๖๒๕ เส้นก็จะกลายเป็นตัวรูปภาพในจอเครื่องรับได้ฉันนั้น)

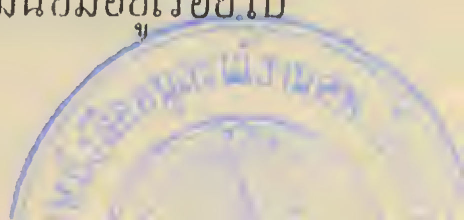
คำว่าสมาธิ (สมถะกรรมฐาน) หมายถึงการทำใจให้สงบนิ่ง แล้วก็จะเกิดปัญญาขั้นต้น (แลเห็นที่ทั่วไปชอบเรียกนั่งทางใน)

คำว่าวิปัสสนากรรมฐาน หมายถึงการนำเอาปัญญาขั้นต้น ซึ่งเกิดจากการเข้าสมาธิมาใช้พิจารณาค้นคว้าหาความจริง อันจะนำไปสู่การละกิเลสตัณหา เพื่อจะตัดวงจรชีวิตให้ขาดออกจากกัน (วัฏฏะสังสาร)

คำว่าปัญญา แบ่งออกเป็น ๒ อย่าง

๑. โลกียะปัญญา ๒. โลกุตตระปัญญา

โลกียะปัญญา หมายถึงปัญญาอย่างโลก ๆ ที่พูดกันนับถือกันในสังคม ผู้ใดได้ศึกษาเล่าเรียน ปฏิบัติค้นคว้าและเป็นที่ยอมรับกันในแขนงนั้น ๆ ย่อมได้ชื่อว่ามีปัญญาในแขนงนั้น โลกแต่ปัญญาพวกนี้หาได้มั่นคงถาวรตลอดไปไม่จะคงเปลี่ยนแปลงไปตามกาลสมัย ตามสังคมนิยมอยู่เรื่อยไป



ต่างคนก็จะคิดค้นหาหลักเกณฑ์สร้างปัญญาของตนขึ้นมาใหม่ๆ เสมอ เพื่อหักล้างปัญญาเดิมหรือเพิ่มเติมให้สมบูรณ์ขึ้นในความรู้สึกของตนซึ่งเราก็จะเรียกว่าความเจริญหรือศิวิไลซ์ ทั้งนี้และทั้งนั้นก็สุดแท้แต่ว่าผู้ใดจะคิดสร้างสมมุติฐานอะไรขึ้นมาและสังคมยอมรับก็จะเรียกเป็นปัญญา, ความรู้ผู้อื่นก็จะรับเอาไป ศึกษาไปปัญญาเช่นนี้ก็จะผิดบ้างถูกบ้าง อุปมาเหมือนคนไม่รู้จักหนทางก็เดินทางเปะปะไปตามถนนไม่รู้ว่าจะไปทางใด ก็เดินไปทางโน้นบ้างทางนี้บ้าง เมื่อไม่สบอารมณ์ก็จะเปลี่ยนเดินสายอื่นต่อไป และจะคงเป็นเช่นนี้อยู่ตลอดไปตราบเท่าที่เรายังคงยึดการเวียนว่ายตายเกิด (วัฏฏะสังสาร)

ส่วนโลกุตตระปัญญา หมายถึงปัญญาอันได้กลั่นกรองมาด้วยการทำใจให้สงบ, นิ่ง (สมาธิ) แล้วเกิดปัญญาขั้นต้นขึ้นและแล้วก็มิได้หยุดอยู่เพียงนั้นกลับนำปัญญาชนิดนี้ไปใช้พิจารณาวิจัยธรรมชาติของชีวิตจนเกิดเห็น, รู้แจ้งในความจริงของชีวิตตามสภาพที่เห็นจริงที่ได้ประสบหรือประจักษ์ขึ้นด้วยการเห็นในใจ เห็นด้วยอำนาจของตาในมิใช่ผู้ใดบอกเล่าหรือจากตำรา หรือเพียงแต่นึกคิดเอาเองและปัญญา

ชนิดนี้ (โลกุตตระปัญญาหรือวิปัสสนาญาณ) จะเกิดขึ้นเป็นขั้น ๆ ตามลำดับก่อนหลังไม่ว่าผู้ใดถ้าปฏิบัติได้สำเร็จครบถ้วนก็จะต้องเห็นต้องพบเช่นเดียวกัน (อุปมาเหมือนจะทำน้ำจากไฮโดรเจน + ออกซิเจน เมื่อเข้าปฏิบัติตามขั้นไม่ว่าผู้ใดก็จะต้องได้ผลเหมือนกันแต่ช้าเร็วสุดแท้แต่ผู้ใดจะมีประสบการณ์มากน้อยต่างกัน ปัญญาชนิดนี้เรียกวิปัสสนาปัญญา การนั่งวิปัสสนากรรมฐานมิใช่เพื่อให้เห็นนรกสวรรค์หรือที่เรียกว่านั่งทางใน (เว้นไว้แต่ว่าการเห็นนั้น ๆ จะเป็นผลพลอยได้เอง อุปมาดังเดินทางจากจุดหนึ่งผ่านถนนสายต่าง ๆ แล้วแลเห็นสิ่งต่าง ๆ ตามข้างทาง) แต่เป็นการปฏิบัติที่ทำเพื่อชำระกิเลสให้หมดไปเป็นขั้น ๆ จากขั้นหยาบ ๆ ไปจนละเอียด ๆ ซึ่งเรียกว่าอนุสัยกิเลส ซึ่งฝังอยู่ในสันดานของเราให้ค่อย ๆ หมดไปจนเป็นบริสุทธิ์ (อุปมาได้กับเสื้อเปื้อนสิ่งโสโครกนำไปซักครั้งแรกต้องขยี้แรงหน่อยเพื่อเอาสิ่งโสโครกออกก่อนต่อมาจึงขยี้เพื่อซักน้ำเปล่าให้หมดกลิ่นสบู่ และต้องซักน้ำเปล่าหลายน้ำเสื้อผ้าจึงสะอาดได้) เต็มที่แล้วก็จะถึงพระนิพพานเป็นที่สุด

จิต—ใจของคนเราเป็นของแปลกประหลาด ทุกท่านคงจะรู้สึกเหมือน ๆ กันอยู่ว่าหากบังคับจิตใจคราวไร จิตใจก็จะพยายามต่อต้านสนองกลับมาอย่างรุนแรงทุกที ซึ่งคนที่จิตใจอ่อน หรือเกียจคร้านหรือพวกเจ้าอารมณ์ก็มักจะยอมให้จิตใจชักนำไปต้มยำทำแกงได้ตามใจชอบ ดุจน้ำย่อมไหลลงสู่ที่ต่ำเสมอ ไม่ต้องดูอื่นไกล สมมุติว่าท่านติดบุหรี่หรือสุราหรือนิสัยอื่นใดท่านเคยทำเช่นนั้นเป็นประจำ ลองเปลี่ยนกลับในทางตรงข้ามคือเลิกไม่ปฏิบัติเช่นที่เคยทำเหล่านี้เสียท่านจะรู้สึกว่าลำบากยากใจเป็นอย่างยิ่ง บางรายอาจถึงกับรู้สึกแทบจะขาดใจตายจริง ๆ ทั้ง ๆ ที่สิ่งดังกล่าวหาได้เป็นปัจจัยหล่อเลี้ยงหรือยังชีพโดยแท้จริงไม่ เจ้าตัวจะรู้สึกว่าความอยากความกระหายใคร่จะกระทำได้เพิ่มเป็นหลาย ๆ เท่า แต่หากผู้ใดรู้อุบายค่อย ๆ ประคับประคองจิตให้ทำตามที่ "**สติ**" สั่งได้ดังเช่นมหาบุรุษทั้งหลายได้ทำ บุคคลนั้นย่อมประสบความสำเร็จอย่างสูงยิ่ง ในชีวิตสามารถฟันฝ่าอุปสรรคนานาประการได้อย่างง่ายดาย การบังคับหรือนัยหนึ่ง กลวิธีใช้สติประคับประคองจิตให้เข้าสู่เป้าหมายหรือทิศทางที่ต้องการหรือนัยหนึ่ง

ใช้สติควบคุม, ดึงให้จิตสงบ นิ่ง เยือกเย็นนี้เราเรียกว่า สมาธิ (สมถะกรรมฐาน) การเดินจงกรมในเวลาปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานก็คือการควบคุมหรือดึงให้จิตสงบ ทำให้มีสมาธิวิธีหนึ่งนั่นเอง

การทำจิตให้สงบหรือเกิดสมาธินี้มีวิธีทำได้หลายวิธี (อุปมาได้เช่นกับแสงแดดธรรมดาย่อมแผ่กระจายรังสีไปทั่วไม่แรงกล้าพอจะเผาหรือหลอมสิ่งใดให้ละลายได้ แต่เมื่อนำแว่นขยาย (เลนส์) มารวมแสงเข้าก็อาจเผาผลาญ, จุดชนวนให้ทุกสิ่งไหม้หรือหลอมละลายได้ดังเช่นเตาหลอมโลหะของฝรั่งเศสซึ่งทำจากกระจกโค้งรวมแสง) จิตมนุษย์ย่อมแกว่งไกวโดยธรรมชาติมิได้หยุดนิ่งในชั่วอึดใจอาจคิดโน่นนี่ตั้งร้อยแปดพันประการ แวบเดียวถึงอเมริกาแวบเดียวกลับมาบางลำภูได้ทันใจ เมื่อเราทำจิตให้เป็นสมาธิก็หมายถึงใช้สติควบคุมดึงจิตให้มาหยุดอยู่ยังที่ใดที่หนึ่งที่เราสมมุติให้เพื่อผูกจิตพยายามเหนี่ยวรั้งให้จิตอยู่ ณ ที่นั้นให้นานที่สุดที่จะนานได้ยิ่งนานเท่าไรผลประโยชน์ที่ได้ก็ยิ่งมากขึ้นเป็นอเนกประการ พยายามฝึกฝนเช่นนี้จนชำนาญไม่ว่าจะอยู่ที่ใดถ้าปรารถนาจะ

เข้าสมาธิก็เข้าได้ เมื่อปรารถนาจะทำสิ่งใดก็ใช้สติเพื่อรั้งจิต-ใจให้หยุดนิ่งอยู่ ณ เป้าหมายนั้น ๆ แล้วพิจารณาด้วยปัญญาที่เกิดก็จะสามารถพบวิธีแก้ปัญหานั้น ๆ ได้อย่างง่ายดาย ยิ่งชำนาญมากเพียงไรปัญญาที่ได้ก็จะยิ่งบริสุทธิ์ขึ้นทุกที อุปมาเหมือนแลเห็นน้ำด้วยตาแลเห็นว่าใสแล้วแต่พอกรองเข้าก็จะได้ตะกอนออกมาก น้อยตามเครื่องกรองแต่จะใสบริสุทธิ์จริงก็ต้องกลั่นเป็นขั้นสุดท้ายฉันใด จิตที่เป็นสมาธิก็ต้องบริสุทธิ์เป็นขั้น ๆ ไปฉันนั้น

ศีลเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งสำหรับการทำสมาธิ ขาดศีลสมาธิก็ไม่เกิด ศีลดุจเครื่องเกรอะ–กรองโคลนตมขั้นต้นของน้ำเพื่อนำส่งการกรองและกลั่นในต่อไป

ศีล อันจำเป็นสำหรับสมาธิมี ๔ อย่าง

๑. **การสำรวม กาย—วาจา** ให้เรียบร้อยตามฐานะของบุคคล เช่นเป็นพระก็ศีล ๒๒๗ ฆราวาสก็ศีล ๕ เป็นอย่างน้อย

๒. **การสำรวมสติ** ไม่ควรให้เพริดไป ควบคุมสติไม่ยอมหวั่นไหวไปตามอารมณ์ สติจะควบคุม ตา หู จมูก ลิ้น กายและใจให้อยู่ในสติไม่หลงเพลิดเพลินไป

๓. **อาชีพ** เป็นผู้ประกอบอาชีพที่บริสุทธิ์ (ฆ่าสัตว์ตัดชีวิตนับว่าไม่บริสุทธิ์)

๔. **การบริโภค** บริโภคพอควรเพียงเพื่อดำรงชีวิต มิได้คำนึงถึงความอร่อย สุขสำราญ ดังเช่นมุ่งแต่งตัวเพื่อความสวย บริโภคอาหารจนอิ่มเกินขนาดเพราะอร่อยรส ดังนี้จะทำให้อึดอัดปฏิบัติสมาธิไม่ได้ผล

บุคคลใดที่นับถือพุทธศาสนาและยึดเป็นที่พึ่งทางใจอย่างแท้จริง ย่อมเข้าใจว่าสมาธิย่อมจำเป็นเพียงไรสำหรับการที่จะปฏิบัติธรรมเพื่อให้เกิดปัญญาอันจะละความเข้าใจผิด (กิเลส) ซึ่งมนุษย์เราท่านได้พอกพูนกันเข้าไว้ด้วยความเต็มใจ จนสังคมยุ่งเหยิงมากยิ่งขึ้นในทุกวันนี้ และนับวันที่เรียกว่าโลกเจริญขึ้นก็จะยิ่งทำให้มนุษยชาติห่างไกลความดีงามยิ่งขึ้นทุกที (อุปมาได้กับการนั่งคุยกันว่าบริโภคอาหารอย่างนั้นมีประโยชน์, อร่อย แต่จนตายก็ไม่เคยลงมือบริโภคเลย จะทราบได้อย่างไรว่าอร่อยและมีประโยชน์เหมือนตำราหรือไม่ หรือนัยหนึ่งสอนวิชาว่ายน้ำบนกระดานดำนั่นเอง) นับวันโอกาสก็จะน้อยลงทุกทีแต่ที่แน่นอนที่สุดคือเราจะต้องตายไป

สมาธิ มีประโยชน์นานับประการ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในชีวิตแบบโลกียบุคคล สามารถนำมาใช้กับการศึกษาเล่าเรียน การพักผ่อน การประกอบกิจประจำวัน ทำให้มองโลกด้วยความตรงไปตรงมาละกิเลสหยาบ ๆ ได้เป็นส่วนใหญ่ทุกคนสามารถทำได้สำเร็จถ้าค่อยเพียรพยายามสร้างศรัทธาค่อยทำค่อยไปให้ถูกวิธีอันเหมาะสมกับอุปนิสัย กาละเทศะของตน พระพุทธเจ้าของเราทรงสอนว่า อย่าเชื่อจนกว่าจะพิสูจน์ว่าเป็นจริงด้วยปัญญาของเรา จึงใคร่ขอเชิญชวนท่านทั้งหลายได้พิสูจน์ดูว่าเมื่อปฏิบัติเช่นนั้น ๆ แล้วจะเป็นดังนั้นๆจริงหรือไม่

การเจริญสมถะกรรมฐานหรือสมาธินี้เหมาะสำหรับผู้ที่ต้องการอภิญญาคือ

๑. มีฤทธิ์อำนาจ

๒. หูทิพย์

๓. ตาทิพย์

๔. รู้ใจคน

๕. ระลึกชาติได้

จุดมุ่งหมายของพระบรมศาสดาเรานั้น แท้จริงท่านสอนให้เข้าสมถะกรรมฐาน (สมาธิ) เพื่อทำจิตใจให้สงบเมื่อจิตใจสงบลงบ้างแล้วก็นำไปใช้ต่อในวิปัสสนากรรมฐานต่อไปจนกว่าจะบรรลุพระนิพพาน แต่ภายหลังส่วนใหญ่หาได้เป็นเช่นนั้นไม่โดยมากพอบุคคลนั่งสมาธิจนเกิดฌานไปเรื่อย ๆ จะรู้สึกอิ่มเอิบ ซาบซ่านไปด้วยความสุขสงบอย่างไม่เคยมีในมนุษย์โลก ยิ่งปฏิบัติบ่อย ๆ จนชำนาญ จนอาจเกิดอภิญญาดังได้กล่าวข้างต้นก็ยิ่งจะติด - หลงอยู่ในรสอภิญญา พอใจในโลกียฌานพอใจที่จะมีฤทธิ์เดชอำนาจ อันตนได้สร้างขึ้นได้ด้วยฌานก็ไม่สามารถจะไปต่อยังวิปัสสนากรรมฐานได้ หรือไปต่อจริงๆก็อาจนำความเข้าใจผิดๆ อันเกิดจากนิมิตของสมาธิไปใช้กับวิปัสสนาทำให้ไม่เกิดผล จริงอยู่การทำสมาธิจำต้องอาศัยศีลเบื้องต้น แต่เมื่อเข้าสมาธิจิตดิ่งอยู่ในอารมณ์อันผูกพันไว้ ศีลก็จะยังคงอยู่ชั่วคราว รวมทั้งอาจพบนิมิตบางอย่างในขณะเข้าสมาธิและเกิด " การเห็นทางใน " หรือที่เรียกตาทิพย์ขึ้นได้เห็นสิ่งซึ่งไม่คาดฝันต่างๆ ก็จะรู้สึกสลดใจหรือฮึกเหิมก็จะพยายามทำความดีและละทิ้งความชั่วโดยจริงใจ มั่นใจว่า

นรกมี สวรรค์มี เพราะตนได้แลเห็นเช่นนั้นจริง ๆ แต่ทั้งนี้ก็จะเป็นแต่เรื่องของการ **พยายาม** ยังหาได้ตัดกิเลสทิ้งได้โดยสิ้นเชิงไม่ ท่านอุปมาได้ดั่งเอาก้อนอิฐวางทับหญ้าไว้ หญ้าจะไม่เจริญเติบโตชั่วคราว แต่พอยกก้อนอิฐขึ้นหญ้าก็จะงอกงามต่อไป การเข้าสมาธิก็เช่นกัน แต่ถึงกระนั้นส่วนดีของสมาธิก็มีเป็นเอนกประการ ถึงอย่างน้อยเท่าที่เป็นอยู่ในปัจจุบันก็ได้พิสูจน์ให้เห็นว่า ทำให้คนมุทะลุดุดัน โกรธง่าย เจ้าอารมณ์กลายเป็นคนใจคอเยือกเย็น ทำอะไรมีเหตุมีผล มองสังคมด้วยความบริสุทธิ์ใจ รู้จักเสียสละโดยมิได้หวังผลตอบแทน เข้าใจว่าทำดีแล้ว ต้องได้ดี ทำชั่วได้ชั่วอย่างแน่นอน หากสังคมมีคนชั้นปัญญาชนชนิดนี้สัก ๒% โลกจะไม่อลเวงเช่นทุกวันนี้ หากท่านผู้ใดต้องการละกิเลสเป็นการถาวร เพื่อจะกรุยทางไปสู่นิพพานก็ควรฝึกเข้าสมาธิแต่เพียงฌานที่ ๑ หรือฌานที่ ๔ แล้วจะเข้าวิปัสสนากรรมฐานเลย หรือไม่ก็เข้าวิปัสสนากรรมฐานโดยตรงตั้งแต่แรก อันมีการเดินจงกรมเพื่อสร้างสมาธิสำหรับวิปัสสนากรรมฐานโดยเฉพาะเทอญ.

การเข้าสมาธิเท่าที่กล่าวไว้ในตำรา วิสุทธิมรรค กล่าวได้ว่ามี ๔๐ วิธี กล่าวคือผู้จะเข้าสมาธิจะใช้วิธีใดวิธีหนึ่งก็ได้ ดังเช่น

๑. กสิณ ๑๐

๒. อสุภ ๑๐ (ศพ ๑๐ ชนิด)

๓. อนุสสติ ๑๐

๔. พรหมวิหาร ๔

๕. อรูปธรรม ๔

๖. สัญญา ๑

๗. ววัตถานะ ๑

พระพุทธเจ้าทรงเข้าพระทัยได้ดีว่า จิตมนุษย์แต่ละคนไม่เหมือนกัน ดังเช่นบางคนนิสสัยใจคอขี้โกรธ, โลภมาก, ราคจริตมาก ฯ ล ฯ ก็จะเลือกใช้อารมณ์ซึ่งเหมาะสมกับจิตของตนก็จะเกิดความสำเร็จดังเช่น ขี้โกรธ โทสจิตก็จะใช้บทพรหมวิหารเข้ามาเป็นอารมณ์ ผู้ที่มีโมหจิตหรือวิตกจิตมากควรพิจารณาลมหายใจ ผู้ที่มีปัญญามากควรพิจารณาความตายนิพพานภาพร่างกายอันน่าเกลียด แต่โดยปกติทั่ว ๆ ไปมัก

นิยมใช้ ดิน น้ำ ลม ไฟ แสงสว่าง และอากาศเป็นอารมณ์ แต่จะใช้สิ่งใดเป็นอารมณ์ก็คงใช้หลักเหมือนกัน

เมื่อตกลงเลือกวิธีหรืออารมณ์ใดได้แล้ว ก็กำหนดเวลาซึ่งจะสะดวกที่จะทำ สถานที่เงียบสงัดพอสมควร ก่อนทำควรอาบน้ำชำระกายให้สะอาด ทำใจให้สบาย ไหว้พระสวดมนต์บทง่าย ๆ เท่าที่จะทำได้ แล้วพยายามตั้งใจสมาธานศีลห้า เมื่อจบแล้วก็ลงมือนั่งเพื่อจะทำสมาธิ วิธีนั่งจะนั่งบนเก้าอี้พนักธรรมดาก็ได้ แต่ที่ดีที่สุดคือนั่งขัดสมาธิเท้าขวาทับเท้าซ้าย มือขวาทับมือซ้าย ตัวตั้งตรงเงยหน้าให้เชิดเล็กน้อยเพื่อว่าเวลาเป็นสมาธิ จะได้ไม่โงนเงนทำให้เสียอารมณ์ แต่บางท่านอ้างว่าท่านเข้าในท่านอนก็ได้ผล แต่ข้าพเจ้าเห็นว่าในท่านอนเท่าที่เคยปฏิบัติรู้สึกไม่ค่อยได้ผลเพราะบังคับจิตลำบากคอยแต่จะหลับเรื่อยไป หากท่านผู้ใดสติมั่นคงจะทำก็คงได้ผลเหมือนกันแต่คงไม่ดีเท่าวิธีนั่ง เมื่อนั่งเรียบร้อยแล้วพยายามปล่อยร่างกายให้อยู่ในท่าพักผ่อนอย่างเต็มที่ ไม่เกร็งส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกาย พยายามสูดลมหายใจแรง ๆ และช่วงยาวเข้าไว้ในทรวงอก แล้วอั้นไว้นิดหนึ่งแล้วจึงค่อย

ผ่อนหายใจออก ทำเช่นนี้ประมาณ ๑ นาที ทั้งนี้เพื่อนำอากาศบริสุทธิ์เข้าไปฟอกโลหิต เพื่อทำให้การหมุนเวียนดีขึ้นรวมทั้งทำให้สดชื่นกระปรี้กระเปร่า ยกมือขึ้นลูบหูแขนและลำตัว ลำคอ พอให้โลหิตวิ่งพล่านตื่นตัว ประสาทจะได้ตื่นตัวเพื่อรับคำสั่งเต็มที่ แล้วจึงเริ่มนำมือประสานกันบนหน้าตักเช่นเดิม ปล่อยลมหายใจตามสบายแล้วอธิษฐานว่าจะพยายามปฏิบัติสมาธิให้ลุล่วงไปจงได้ เมื่อผู้อื่นก็ทำได้เราก็จะต้องทำได้เช่นกัน ถึงแม้จะช้าก็จะไม่ละความเพียร นั่งหลับตาเชิดหน้าอยู่ท่าเดิม นำจิตมาผูกพันไว้กับอารมณ์ที่เลือกดังเช่นบางท่านผูกไว้กับแสงสว่าง พยายามทำมโนภาพให้เป็นเหมือนแสงสีขาวนวลเจิดจ้า ไหลเข้าทางจมูกผ่านไปสันหลังไปสู่กระดูกก้นกบ (ดร. อาจอง ชุมสาย) ในขณะหายใจเข้า แล้วก็หายใจออก นำเอาแสงผ่านออกทางเดิมวิ่งเลยเข้าสู่เบื้องบน คือศีรษะแล้วเก็บไว้ที่นั่น ทำดังนี้เรื่อยไปจนกว่าจะเกิดสมาธิ บางท่านผูกอารมณ์ไว้กับมโนภาพ ซึ่งสร้างขึ้นในใจอาจเป็นรูปองค์พระพุทธรูปหรืออื่นใด บางท่านผูกพันจิตไว้กับคำว่า พุทโธ หรือเลขหนึ่ง สอง สาม สี่

ในขณะที่หายใจเข้าและออก ทั้งนี้ก็สุดแท้แต่อารมณ์อันใดเหมาะ คนเราโดยธรรมดาจะหายใจนาทีละประมาณ ๑๘ ครั้ง แต่เมื่อจิตเริ่มเข้าสมาธิการหายใจจะค่อย ๆ ลดลงเหลือประมาณ ๗–๘ ครั้ง ระหว่างนี้จะรู้สึกสบาย ปลอดโปร่ง การเข้าสมาธิคราวแรกนี้จะรู้สึกว่าจิตพยายามต่อต้านคือ ดิ้นรนนึก คิดไปนอกบังคับของสติ พยายามเอาสติผูกจิตไว้ที่กึ่งกลางจมูกระหว่างสองรูมาบรรจบกัน หายใจเข้าภาวนาพุท หายใจออกภาวนาโธ ปรับปรุงลมหายใจจะสั้นหรือยาว เข้าออกแบบใดสะดวกสบายแก่ตัวเรา รู้สึกปลอดโปร่งไม่อึดอัดก็จงจำลักษณะอาการจังหวะนั้นไว้ตลอดเวลาที่ทำ เลิกรู้สึกนึกคิดเรื่องต่าง ๆ หันมาจดจ่ออยู่ที่บริเวณลมตกกระทบ คือกึ่งกลางช่องจมูก ผู้ฝึกใหม่ ๆ มักจะท้อถอย นึกกลัวเมื่อยกลัวจิตจะล่องลอยออกไปแล้วตายเลย กลัวฝึกแล้วไม่ได้ผลหรือเป็นเรื่องหลงเชื่องมงาย เมื่อยนี่คันโน่นอยู่วุ่นวาย ชนิดนี้แสดงว่าจิตดื้อดึง ต้องเพิ่มงานขึ้นอีกหรือใช้พิจารณาทางวิปัสสนาเข้าช่วย ดังเช่นมองดูร่างกายเห็นความเสื่อมของร่างกายว่า สังขารทั้งหลายไม่เที่ยงตั้งแต่เกิดมาก็เปลี่ยนแปลงเรื่อย

มา จิตก็จะเริ่มสงบจึงค่อยจัดปรับปรุงลมหายใจแล้วทำต่อ เรื่องจิตดื้อดึงออกนอกทางนี้บางท่านใช้วิธีเอาสติตามไปเลย ดังเช่นคิดถึงประตูน้ำเห็นร้านขายของสวยงาม ก็ใช้สติตามว่า คิดหนอ คิดหนอ ดังนี้สักครู่จิตก็จะถอยกลับสู่อารมณ์ที่ผูกพันไว้เดิม เมื่อรู้สึก เมื่อย คัน หิว กระหาย หรืออื่นใดก็ให้ใช้สติตามว่า เมื่อยหนอ เมื่อยหนอ หรืออื่น ๆ จิตก็จะค่อยๆ ถอนตัวกลับสู่อารมณ์ที่ผูกพันไว้เดิมเอง วันแรก ๆ จิตจะซัดส่ายไปมาไม่หยุดนิ่งได้จนน่ารำคาญ แต่ขอให้ใช้ขันติ เพราะวันต่อ ๆ ไปจิตจะค่อย ๆ คลายพยศลงเอง เหมือนท่านหัดขับรถยนต์ว่ายน้ำหรือหัดอื่นใด วันแรกจะรู้สึกว่า ตัวเองเกะกะเก้งก้างแขนขาบางทีไม่รู้จะเอาไว้ทางไหน จึงจะไม่เกะกะกับสิ่งที่หัดแต่พอทำไป ๆ ก็จะค่อยรู้สึกว่าทุกอย่างเป็นไปโดยอัตโนมัติยิ่งขึ้นจนมีทักษะ การฝึกเข้าสมาธิก็เช่นกัน วันแรก ๆ ไม่ควรใช้เวลานานเกินไปจะเกิดความเบื่อหน่ายท้อถอย โดยเฉพาะยิ่งเป็นสมัยป่าคอนกรีตเช่นนี้ด้วย แสงสีย่อมมีอิทธิพลต่อผู้ที่จิตใจอ่อนแอเป็นอย่างยิ่ง ถ้าจะว่าไปก็เหมือนกับเข็นครกขึ้นภูเขาหรือพยายามปั๊มน้ำขึ้นสู่ที่สูงก็ต้องใช้เครื่องปั๊มคุณ

ภาพดี กำลังดีจึงส่งน้ำขึ้นได้ เพราะน้ำปกติก็จะพยายามไหลลงต่ำเช่นใจคนก็คล้ายกัน ปัจจุบันส่วนมากไม่สู้มีผู้ศรัทธาจะฝึกสมาธิ เพราะเมื่อปฏิบัติไปแล้วสักครั้งเมื่อไม่ได้ทันใจก็เลยท้อถอยมองเห็นเป็นเรื่องสุดวิสัยหรือไม่จริงไปทันที ครั้งแรกควรใช้เวลาประมาณคราวละ ๑๐ นาทีเป็นอย่างสูง และถือเวลานี้ไปประมาณ ๑ อาทิตย์ จึงค่อยเพิ่มเป็น ๑๕ นาที เพิ่มเวลามากขึ้นทีละน้อย ๆ เป็นอาทิตย์ไปสุดแท้แต่ความศรัทธาก็จะแก้เรื่องความเบื่อหน่ายท้อถอยได้ จิตจะค่อยรวมผูกพันกับอารมณ์ที่ให้ไว้บ้าง ไถลนอกเรื่องบ้างเช่นนี้ไปเรื่อยๆ ควรตั้งนาฬิกาปลุกไว้หรือจะกะเวลาเอาก็ได้ เมื่อจะเลิกทำสมาธิควรนั่งตั้งใจให้แน่วแน่ แผ่เมตตาให้บรรดามนุษย์และสัตว์ทั้งหลายทั่วไป ขอให้ทุกทั่วตัวตนจงมีความสุข อย่าเบียดเบียนกัน เราจะไม่เบียดเบียนใคร ถ้ายิ่งท่านเคยโกรธหรือไม่ชอบผู้ใดขอให้แผ่เมตตาตั้งใจขอให้เขาผู้นั้นมีความสุขเจริญด้วยลาภยศ มองเห็นเป็นมโนภาพว่า เขาผู้นั้นกำลังมีความสุขจริง ๆ อันนี้จะเป็นบุญกุศลแก่ตัวท่านเองด้วย ท่านจะไม่มีศัตรูเลย

เมื่อเริ่มนั่งสมาธิเราจะมอบงานให้จิตรับรู้หลายอย่าง เพื่อให้จิตยึดเกาะอยู่กับงานที่มอบให้ หากสติคุมจิตได้ดีคอยเหนี่ยวรั้งประคับประคองให้จิตเกาะอยู่กับอารมณ์ใด ๆ ได้สำเร็จ จิตก็จะค่อย ๆ ปล่อยว่างสิ่งซึ่งตนยึดเหนี่ยวไว้เดิมจากภายนอก ตาก็หลับมิได้เห็นสิ่งใด หูจะยังคงได้ยินอยู่ กายจะสงบขึ้นรู้สึกหายใจปลอดโปร่งสบาย หากจิตมั่นในอารมณ์ที่ผูกไว้ นานเข้าจะรู้สึกหูอื้อไม่ได้ยินเสียงอะไร ตัวเบาหวิวหายใจช้าลงหรือเหมือนไม่ได้หายใจจนอาจนึกกลัวตาย อาจตัวชา อาจเห็นเป็นแสงสว่างแว่บวาบ ความรู้สึกชนิดนี้เรียกนิมิตขั้นต้น โดยมากจะเกิดขึ้นแล้วก็หายไป จิตก็จะพยายามเพริดกลับไปสู่อารมณ์ภายนอกอีก ดังนั้นเราไม่ควรหลงดีใจยึดถือว่าได้สมาธิแล้ว แต่ให้พยายามรักษาสมาธิที่เกิดนั้นไว้ให้นานที่สุด จนกระทั่งรู้สึกว่า ตัวเบาหวิวคล้ายลอยไปในความว่างเปล่า จิตลอยอยู่โดดเดี่ยว มีแต่ความสงบ สุข ปีติ อิ่มเอิบใจ มองเห็นแต่แสงสว่างจ้าหรือมืดสนิทขั้นนี้นับว่าได้สมาธิขั้นกลาง ระยะนี้สำคัญอย่างที่สุด เราจะต้องฝึกการเข้าสมาธิจนถึงขั้นนี้แล้วถอยออกให้ชำนาญ มิฉะนั้น

จะหลงทางไม่เกิดสมาธิอีก หากผู้ใดต้องการทางด้านอิทธิฤทธิ์ มักจะฝึกวิธีการทางนั้น ๆ ไปเลยในขั้นนี้ แต่เราท่านทั้งหลายควรก้าวผ่านไปขั้นสูงเลยดีกว่า โดยวิธีคุมจิตให้ดิ่งเข้าสมาธิลึกยิ่งขึ้น มั่นคงยิ่งขึ้น ต้องการออกเมื่อไรเข้าเมื่อไรก็คล่องแคล่วเรียนสมาธิขั้นสูง จะรู้สึกสบายซาบซ่านเต็มไปด้วยความสุขอิ่มเอิบอย่างประหลาด

ข้อสำคัญ เมื่อเริ่มทำสมาธิจิตจะดิ่งเข้าสู่ภวังค์ สงบเกาะอยู่กับอารมณ์ใด ๆ ชั่วคราว เรียกสมาธิขั้นต้น

เมื่อพยายามควบคุมจิตให้มั่นอยู่กับอารมณ์นั้นนานเข้าๆ จิตก็จะปล่อยอารมณ์ภายนอกทิ้งไปทีละน้อย ๆ จนหมดสิ้นทวารทั้งหก (ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ) จะปิดไม่รับรู้โลกภายนอก ชั่วขณะนั้นแม้ใครเอาเข็มแทงก็ไม่รู้สึก จิตจะยึดมั่นในอารมณ์เดียวแน่วแน่ เกิดปีติอิ่มเอิบใจมองเห็นแสงสว่างเจิดจ้าหรือมืดสนิทบ้าง เรียกสมาธิขั้นกลาง

เมื่อพยายามคุมสติให้มั่นเข้าทุกทีสมาธิจะลึกนานเข้าทุกทีจนไม่สนใจกับโลกภายนอก และพยายามเข้าสมาธิถึง

ขั้นต้นขั้นกลางแล้วถอยกลับสู่ภาวะปกติได้ตามที่สติต้องการจะเมื่อไรก็ได้ เรียกสมาธิขั้นสูง

เท่าที่ได้กล่าวมานี้เป็นเรื่องราวย่อ ๆ ของวิธีเข้าสมาธิ หากผู้ใดปรารถนาจะพิสูจน์ข้อเท็จจริงประการใด นรก สวรรค์ ท่านมีสิทธิและความสามารถพร้อมแล้ว ตำหรับตำรารวมทั้งท่านอาจารย์ผู้จะนำทางท่านก็พอมี ถ้าเราจะไม่ถือเอาความโมหะเข้ามาปิดบังดวงใจ ขอให้ท่านทั้งหลายทั้งปวงจงได้สำเร็จในกิจที่ท่านปรารถนาเทอญ.

คำอธิษฐาน

การอธิษฐาน คือการตั้งใจสำรวมใจให้แน่วแน่ ให้มีอารมณ์เป็นอันหนึ่งอันเดียวไม่ให้จิตใจฟุ้งซ่าน เพื่อให้เกิดพลังจิต มุ่งไปยังผู้ที่เราจะอุทิศส่วนบุญให้ พร้อมทั้งกล่าวคำอธิษฐาน ผลบุญก็จะสำเร็จแก่ผู้นั้นสมประสงค์

ปัจจุบันนี้ ยังมีผู้ที่ไม่เข้าใจวิธีปฏิบัติเกี่ยวกับพิธีบุญต่าง ๆ อยู่มาก อาทิเช่น เมื่อทำบุญตักบาตรในตอนเช้าแล้วไม่ทราบว่าจะใช้คำอธิษฐานอย่างไร หนังสือนี้จะรวบรวมคำอธิษฐานสำหรับใช้ประกอบการทำบุญในวาระต่าง ๆ เพื่อเป็นแนวทางสำหรับพุทธศาสนิกชนใช้ปฏิบัติ

(ก่อนอธิษฐานสิ่งใดควรเริ่มต้นภาวนา)

นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมา สมฺพุทฺธสฺส
นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมา สมฺพุทฺธสฺส
นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมา สมฺพุทฺธสฺส

คำถวายศาลา

มะยัง ภันเต อิมัง สาลัง ธัมมะสะภายะ อุททิสสะ สังฆัสสะ โอโณชะยามะ สาธุ โน ภันเต สังโฆ อิมัง ธัมมะสะภาสาลัง ปะฏิคคัณหาตุ อัมหากัง ทีฆะรัตตัง หิตายะ สุขายะ.

คำถวายผ้าป่า

เอตานิ มะยัง ภันเต จีวะรานิ ภิกขุสังฆัสสะ สาธุ โน ภันเต ภิกขุ สังโฆ เอตานิ จีวะรานิ ปะฏิคคัณหาตุ อัมหากัง ทีฆะรัตตัง หิตายะ สุขายะ.

คำถวายสังฆทานอุทิศผู้ตาย

อิมานิ มะยัง ภันเต ภัตตานิ สะปะริวารานิ ภิกขุสังฆัสสะ โอโณชะยามะ สาธุ โน ภันเต ภิกขุสังโฆ อิมานิ ภัตตานิ สะปะริวารานิ ปะฏิคคัณหาตุ อัมหากัญเจวะ มาตาปิตุอาทีนัญจะ ญาตะกานัง หิตายะ สุขายะ.

คำถวายข้าวสาร

อิมานิ มะยัง ภันเต ตัณฑุลานิ สะปะริวารานิ ภิกขุสังฆัสสะ โอโณชะยามะ สาธุ โน ภันเต ภิกขุสังโฆ

อิมานิ ตัณฑุลานิ สะปะริวารานิ ปะฏิคคัณเหาตุ อัมหากัง ทีฆะรัตตัง หิตายะ สุขายะ.

คำถวายข้าวสงฆ์ (สังฆทาน)

อิมัสมิง ฐาเนเยวะ, อิมานิ ภัตตานิ, (สะปะริวารานิ) สูปะพยัญชะนะสัมปันนานิ. สะปานะกานิ สะเภสัชชานิ พุทธะปะมุขัสสะ ภิกขุสังฆัสสะ เทมะ ทุติยัมปิ... ตะติยัมปิ...

คำแผ่เมตตา

สัพเพ สัตตา อะเวรา สัพเพ สัตตา อัพยาปัชฌา สัพเพ สัตตา อะนีฆา สัพเพ สัตตา สุขี อัตตานัง ปะริหะรันตุ.

คำถวายทานสามัญ

อิทัง เม ทานัง มาตาปิตุอาทีนัง ญาตะกานัง สังวัตตะตุ มัยหัง มาตาปิตาทโย ญาตะกา อิมัสสะ ทานัสสะ ปัตติง ละภันตุ มะมะ เจตะสา.

คำถวายสลากภัต

เอตานิ มะยัง ภันเต ภัตตานิ สะปะริวารานิ อะสุกัฏฐาเน ฐะปิตานิ ภิกขุสังฆัสสะ โอโณชะยามะ

สาธุ โน ภันเต ภิกขุสังโฆ เอตานิ ภัตตานิ สะปะริวารานิ ปะฏิคคัณหาตุ อัมหากัง ทีฆะรัตตัง หิตายะ สุขายะ.

คำถวายผ้าไตรอุทิศแก่ผู้ตาย

อิมานิ มะยัง ภันเต ติจีวะรานิ อัยยัสสะ เทมะ สาธุ โน ภันเต อะยัง ติจีวะระปูชาวิปาโก อัมหากัง มาตาปิตุอาทีนัง ญาตีนัง กาละกะตา นังสังวัตตะตุ อัมหากัง มาตาปิตุอาทโย ญาตะกา ทานะปัตตัง ละภันตุ อัมหากัง เจตะสา.

คำถวายผ้าอาบน้ำฝน

อิมานัง มะยัง ภันเต วัสสิกะสาฎิกานิ ภิกขุสังฆัสสะ โอโณชะยามะ สาธุ โน ภันเต ภิกขุสังโฆ อิมานิ วัสสิกะสาฎิกานิ สะปะริวารานิ ปะฏิคคัณหาตุ อัมหากัง ทีฆะรัตตัง หิตายะ สุขายะ.

คำอธิษฐานเวลาทำบุญ

สุทินนัง วะตะ เม ทานัง อาสะวักขยาวะหัง โหตุ.

คำถวายผ้ากฐิน (มหานิกายสงฆ์ไทย)

อิมัง สะปะริวารัง กะฐินะจีวะระทุสสัง สังฆัสสะ โอโณชะยามะ (๓ หน)

คำถวายกุฎี

อิมัง มะยัง ภันเต เอกัง กุฏิง ภิกขุสังฆัสสะ นิยยาเทมะ, สาธุ โน ภันเต ภิกขุสังโฆ อิมัง กุฏิง ปะฏิคคัณหาตุ อัมหากัง ทีฆะรัตตัง หิตายะ สุขายะ.

(ถ้าหลายหลัง คำว่า อิมัง เปลี่ยนเป็น อิมา, "กุฏิง" เป็น กุฏิโย. เอกัง ตัดทิ้ง)

คำถวายสลาก

อิมานิ มะยัง ภันเต สะลากานิ สะปะริวารานิ อิธะ อาเนตะวา ฐปิตานิ ภิกขุสังฆัสสะ นิยยาเทมะ สาธุ โน ภันเต ภิกขุสังโฆ อิมานิ สะลากานิ สะปะริวารานิ ปะฏิคคัณหาตุ อัมหากัง ทีฆะรัตตัง หิตายะ สุขายะ.

การถวายผ้ากฐิน (แบบธรรมยุต)

อิมัง ภันเต สะปะริวารัง กะฐินะทุสสัง สังฆัสสะ โอโณชะยามะ สาธุ โน ภันเต สังโฆ อิมัง สะปะริวารัง

กะฐินะทุสสัง ปะฏิคคัณหาตุ ปะฏิคคเหตะวา จะ มินา ทุสเสนะ กะฐินัง อัตถะระตุ อัมหากัง ทีฆะรัตตัง หิตายะ สุขายะ.

ถวายสังฆทาน

อิมานิ มะยัง ภันเต ภัตตานิ สะปะริวารานิ ภิกขุสังฆัสสะ โอโณชะยามะ สาธุ โน ภันเต ภิกขุสังโฆ อิมานิ ภัตตานิ สะปะริวารานิ ปะฏิคคัณหาตุ อัมหากัง ทีฆะรัตตัง หิตายะ สุขายะ.

คำภาวนาเวลาเผาศพ

อะยัมปิ โข เม กาโย เอวัง ภาวี เอวัง ธัมโม เอวัง อะนะตีโต

คำภาวนาเวลาทอดผ้าศพให้พระบังสุกุล

นามะรูปัง อะนิจจัง นามะรูปัง ทุกขัง นามะรูปัง อะนัตตา.

คำภาวนาเวลาไปเยี่ยมศพ

อะวัสสัง มะยา มะริตัพพัง.

คำภาวนาเวลารดน้ำศพ

อิทัง มะตะกะสะรีรัง อุทะกัง วิยะ สิญจิตังอะโหสิ กัมมัง ทะหาตุ.

คำถวายเภสัช

อิมานิ มะยัง ภันเต คิลานะปัจจะยะเภสัชชะปะริกขารานิ อิธะ อาเนตะวา ฐปิตานิ ภิกขุสังฆัสสะ นิยยาเทมะ, สาธุ โน ภันเต ภิกขุสังโฆ อิมานิ คิลานะปัจจะยะ-เภสัชชะปะริกขารานิ ปะฏิคคัณหาตุ อัมหากัง ทีฆะรัตตัง หิตายะ สุขายะ.

คำถวายเสนาสนะ

อิมานิ มะยัง ภันเต เสนาสะนานิ อาคะตานาคะตัสสะ จาตุททิสัสสะ สังฆัสสะ โอโณชะยามะ สาธุ โน ภันเต สังโฆ อิมานิ เสนาสะนานิ ปะฏิคคัณหาตุ อัมหากัง ทีฆะรัตตัง หิตายะ สุขายะ.

คำถวายข้าวบูชาพระพุทธ

อิมัง สูปะพยัญชะนะสัมปันนัง สาลินัง โภชะนัง อุทะกัง วะรัง พุทธัสสะ ปูเชมิ.

คำลาข้าวพระพุทธ

เสสัง มังคะลานิ ยาจามิ.

คำบูชาพระเจดีย์

อิมินา สักกาเรนะ เจติยัง ปูเชมิ.

คำถวายข้าวพระเจดีย์

อิมัง สูปะพยัญชะนะสัมปันนัง สาลีนัง โภชะนัง อุทะกัง วะรัง เจติยัสสะ ปูเชมิ.

คำภาวนาเวลาก่อพระเจดีย์ทราย

อิมัง วาลุกัง เจติยัง อะธิฏฐามิ.

คำกรวดน้ำ

อิมินา ปุญญะกัมเมนะ อุปัชฌายา คุณุตตะรา, อาจาริยูปะการา จะ มาตา ปิตา จะ ญาตะกา, ปิยามะมัง สุริโย จันทิมา ราชา คุณะวันตา นะราปิ จะ, พรหมะมารา จะ อินทา จะ โลกะปาลา จะ เทวะตา, ยะโม มิตตา มะนุสสา จะ มัชฌัตตา เวริกาปิ จะ สัพเพ สัตตา

สุขี โหนตุ ปุญญานิ ปะกะตานิ เม, สุขัญจะ ติวิธัง เทนตุ ขิปปัง ปาเปถะ โวมะตัง ฯ

อิมินา ปุญญะกัมเมนะ อิมินา อุททิสเสนะ จะ, ขิปปาหัง สุละเภ เจวะ ตัณหุปาทานะเฉทะนัง, เย สันตาเน หินา ธัมมา ยาวะ นิพพานะโต มะมัง, นัสสันตุ สัพพะทา เยวะ ยัตถะ ชาโต ภะเว, อุชุจิตตัง สะติ ปัญญา สัลเลโข วิริยัมหินา, มาราละภันตุ โนกาสัง กาตุญจะ วิริเยสุ เม, พุทธาทิปะวะโร นาโถ ธัมโม นาโถ วะรุตตะโม, นาโถ ปัจเจกะพุทโธ จะ สังโฆ นาโถตตะโร มะมัง, เตโสตตะมานุภาเวนะ มาโรกาสัง ละภันตุ มา ฯ

จะกวดแบบย่อก็ได้ว่า อิทัง โน ปุญญัง ญาตะกานัง โหตุ สุขิตา โหนตุ ญาตะโย.

ถ้าว่าคำบาลีไม่ได้ ให้นึกเป็นภาษาไทย เช่น ขออุทิศผลอันเกิดแต่การบริจาคทานนี้แก่ ....ขอผลนี้ จงสำเร็จแก่......... . และขอให้ จงมีความสุขในคติภพนั้น ๆ เทอญ. (ที่ละไว้ออกชื่อผู้ที่จะอุทิศกุศลให้)

